

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение – детский сад № 501
(МАДОУ – детский сад № 501)

ул. Советская, д. 19а, г. Екатеринбург, Свердловская обл., 620041, ОГРН 1116670004439

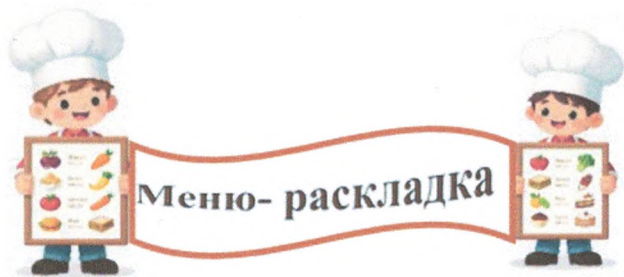
ИНН/КПП 6670329017/КПП 667001001, тел.: (343)298-09-33, 298-06-37, e-mail: 501detsad@mail.ru, www: 501.tvoysadik.ru

**Примерное 10-ти дневное меню для
организации питания детей
в возрасте от 1 года до 3 лет,**

**посещающих МАДОУ – детский сад № 501
с 10,5 часовым режимом пребывания**



г. Екатеринбург. 2025

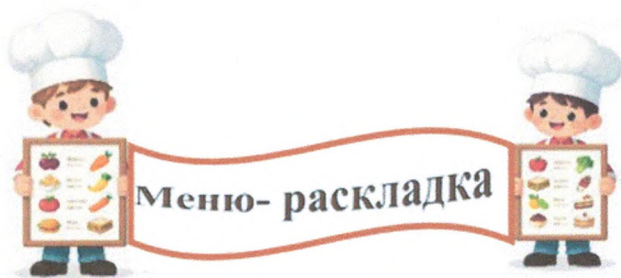


УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МАДОУ – детский сад № 501
 С.П. Гвоздецкой
 Приказ от «04» 09.2025 № 83-04 2025 г.

День № 1 дети от 1 года до 3 лет, с пребыванием в детском саду 10.5 часов

Энергетическая ценность, ккал	Блюдо	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г	
Завтрак						
	Каша манная молочная со сливочным маслом	116,96833	3,37333	3,82	15,51333	150
	Батон 25 грамм	58,75	1,925	0,75	13,325	25
	Масло сливочное бгр	44,88	0,03	4,95	0,04833	6
	Чай с сахаром.	68,425	0	0	6,81167	180
	Итого:	289,02333	5,32833	9,52	35,69833	361
Завтрак второй						
	Сок фруктовый 100 г	46	0,5	0,1	10,1	100
	Итого:	46	0,5	0,1	10,1	100
Обед						
	Салат из морковью с растительным маслом 50 гр.	54,74167	0,585	3,37167	6,68	50
	Борщ со сметаной 150гр	74,78833	1,30333	3,41	9,10833	150
	Гуляш из мяса свинины 80 гр.	231,2	15,26167	14,775	3,71667	80
	Греча с овощами 120 гр.	138,75333	3,48	4,53	21,79167	120
	Компот из сухофруктов.	57,815	0,36667	0,02	13,26667	150
	Хлеб ржаной 25 гр	45,25	1,65	0,3	10,45	25
	Хлеб пшеничный 20 гр	46,2	1,52	0,18	10,02	20
	Итого:	648,74833	24,16667	26,58667	75,03334	595
Полдник						
	Запеканка из творога 120 гр	301,95167	13,58833	16,535	12,685	120
	Сгущеное молоко 15 гр	49,06667	1,10667	1,305	8,60167	15
	Чай с сахаром.	28,425	0	0	6,81167	150
	Хлеб пшеничный 20 гр	46,20	1,52	0,18	10,02	20,00
	Итого:	425,64	16,215	18,02	38,11834	285,00
	Всего:	0	46,21	54,22667	158,95	1 341,00



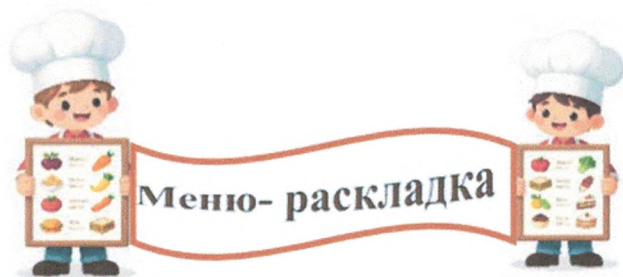


УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МАДОУ – детский сад № 501
 С.П. Гвоздецкой
 Приказ от « 29 » 09. 2025 № 88-01 2025 г.

День № 2 дети от 1 года до 3 лет, с пребыванием в детском саду 10.5 часов

Энергетическая ценность, ккал	Блюдо	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г	
Завтрак						
	Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом	124,4	3,67042	5,24917	15,13583	150
	Батон 20 гр.	47	1,54	0,6	10,66	20
	Масло сливочное бгр	44,88	0,03	4,95	0,04792	6
	Кофейный напиток с молоком	107,85	2,10292	2,11208	12,87667	180
	Итого:	324,13	7,34334	12,91125	38,72042	356
Завтрак второй						
	Фрукты 100г	89.0000	1.41000	0.8792	19,83792	100
	Итого:	89.0000	1.41000	0.8792	19,83792	100
Обед						
	Помидор порционный	8,14583	0,38958	0,07083	1,77	30
	Петрушка	0,98	0,07417	0,00792	0,19	2
	Укроп	1,03333	0,08333	0,01667	0,25292	2
	Суп из овощей без сметаны 0,200	100,32	1,56208	5,45	9,57208	150
	Плов из мяса кур 180 гр.	346,3463	17,42042	16,27208	26,70083	180
	Компот из кураги	62,75	0,44	0	15,38708	150
	Хлеб ржаной 30 гр.	54,3	1,98	0,36	12,54	30
	Хлеб пшеничный 20 гр.	46,2	1,52	0,18	10,02	20
	Чеснок 1 гр.	0,38333	0,05458	0	0,05042	1
	Итого:	620,4587	23,52416	22,3575	76,48333	615
Полдник						
	Макаронные изделия отварные 110 гр.	170,4083	4,315	2,56042	30,01125	110
	Чай с лимоном	28,425	0	0	6,81125	150
	Кондитерское изделие	105	1,44	0,84	23,31	30
	Хлеб пшеничный 20 гр.	46,2	1,52	0,18	10,02	20
	Итого:	350,0333	7,275	3,58042	70,1525	310
	Всего	1 383,62	39,5525	38,93709	205,1942	1 371,00





УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ – детский сад № 501

С.П. Гвоздецкой

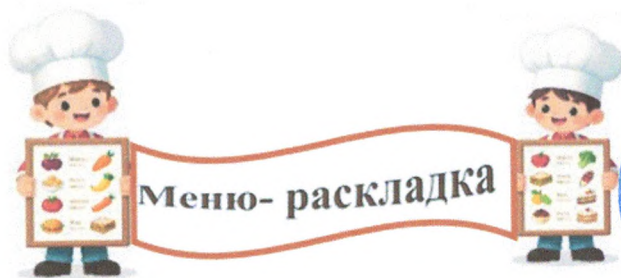
Приказ от «04» 08.2025 № 88-04 2025 г.



День № 3 дети от 1 года до 3 лет, с пребыванием в детском саду 10.5 часов

Энергетическая ценность, ккал	Блюдо	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	136,585	3,50167	5,11333	16,815
	Батон 25 грамм	58,75	1,925	0,75	13,325
	Масло сливочное бгр	44,88	0,03	4,95	0,04833
	Какао с молоком	106,54	2,33167	2,40667	12,80667
	Итого:	346,755	7,78834	13,22	42,995
Завтрак второй					
	сок фруктовый 100 г	46	0,5	0,1	10,1
	Итого:	46	0,5	0,1	10,1
Обед					
	Огурец свежий порционный 30 гр	4,29333	0,245	0,03	1,16333
	Суп фасолевый 0,150	51,28333	0,70167	2,73167	5,10167
	Тефтели рыбные в соусе 120 гр.	181,7967	11,88833	8,37833	10,49
	Картофельное пюре 120 гр.	114,3783	2,39667	3,02	17,71333
	Компот из сухофруктов.	57,815	0,36667	0,02	13,26667
	Хлеб ржаной 25 гр	45,25	1,65	0,3	10,45
	Хлеб пшеничный 20 гр	46,2	1,52	0,18	10,02
	Итого:	501,0167	18,76834	14,66	68,205
Полдник					
	Омлет натуральный 120 гр	181,2067	9,04667	11,08667	2,175
	Чай с сахаром	46,8	0,03333	0,00333	11,07667
	Хлеб пшеничный 20 гр	46,2	1,52	0,18	10,02
	Итого:	274,2067	10,6	11,27	23,27167
	Всего:	1 168,98	37,65668	39,25	144,5717
					1 366,00





УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ – детский сад № 501

С.П. Гвоздецкой

Приказ от « 22.02.2025 » № 88-04



День № 4 дети от 1 года до 3 лет, с пребыванием в детском саду 10.5 часов

Энергетическая ценность, ккал	Блюдо	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г	
Завтрак						
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	173,61	4,836	4,739	24,232	150
	сливочным 150г					
	Масло сливочное 6гр	44,88	0,03	4,95	0,048	6
	Батон 25 грамм	58,75	1,925	0,75	13,325	25
	Кофейный напиток с молоком	107,85	2,103	2,112	12,877	180
	Итого:	385,09	8,894	12,551	50,482	361
Завтрак второй						
	Фрукт 100 гр	44,415	0,378	0,284	9,734	100
	Итого:	44,415	0,378	0,284	9,734	100
Обед						
	Суп крестьянский со сметаной	75,667	1,394	3,625	8,714	150
	Котлета из мяса кури.	110,211	11,215	3,269	6,819	60
	Капуста тушеная 130гр	90,248	3,047	2,457	15,213	130
	Компот из чернослива и изюма 150 гр	72,467	0,246	0	17,561	150
	Хлеб ржаной 30 гр.	54,3	1,98	0,36	12,54	30
	Хлеб пшеничный 20 гр	46,2	1,52	0,18	10,02	20
	Итого:	449,093	19,402	9,891	70,867	540
Полдник						
	Снежок 125 г	103,584	3,245	3,994	13,603	125
	Запеканка из творога 120 гр	298,765	13,268	16,266	12,668	120
	Хлеб пшеничный 20 гр	46,2	1,52	0,18	10,02	20
	Итого:	448,549	18,033	20,44	36,291	265
	Всего:	1 327,15	46,707	43,166	167,374	1 266,00





Меню-раскладка



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ – детский сад № 501

С.П. Гвоздецкой

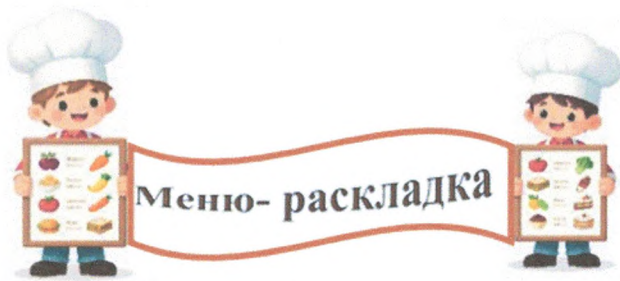
Приказ от «...» № 2025 г.



День № 5 дети от 1 года до 3 лет, с пребыванием в детском саду 10.5 часов

Энергетическая ценность, ккал	Блюдо	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г	
Завтрак						
	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	137,81	3,95625	4,92375	16,455	150
	Батон 25 грамм	58,75	1,925	0,75	13,325	25
	Сыр 6 гр	19,36	1,435	1,47875	0	6
	Чай с молоком 150 гр	50,55	0,9875	1,05625	8,415	150
	Итого:	266,47	8,30375	8,20875	38,195	331
Завтрак второй						
	Сок фруктовый 100 г	46	0,5	0,1	10,1	100
	Итого:	46	0,5	0,1	10,1	100
Обед						
	Суп картофельный с бобовыми 150 гр.	97,74	3,1875	2,9875	13,19875	150
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые 60 гр.	141,33	8,525	8,585	4,125	60
	Макаронные изделия отварные 130 гр.	201,42	5,1	3,0225	35,4675	130
	Напиток из шиповника 150 гр	67,5	0,36	0	16,36	150
	Хлеб ржаной 25 гр	45,25	1,65	0,3	10,45	25
	Гренки 15 гр	41,58	1,28625	0,1425	8,20625	15
	Хлеб пшеничный 20 гр	46,2	1,52	0,18	10,02	20
	Итого:	641,02	21,62875	15,2175	97,8275	550
Полдник						
	Рагу из овощей 130г	96,49125	2,04	3,27875	14,13375	130
	Чай с сахаром	28,425	0	0	6,811	150
	Печенье 20 гр	91,6	2,08	1,04	15,36	20
	Итого:	216,51625	4,12	4,31875	36,30475	270
	Всего:	1 170,58	34,5525	27,845	182,42725	1 251,00





УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МАДОУ – детский сад № 501
 С.П. Гвоздецкой
 Приказ от « 09 » 09 2025 № 89-02 2025 г.

День № 6 дети от 1 года до 3 лет, с пребыванием в детском саду 10.5 часов

Энергетическая ценность, ккал	Блюдо	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г	
Завтрак						
	Каша из пшена и риса молочная "Дружба 3" с маслом 150 гр.	124,732	3,511	4,085	16,451	150
	Батон 25 грамм	58,75	1,925	0,75	13,325	25
	Масло сливочное бгр	44,88	0,03	4,95	0,048	6
	Кофейный напиток с молоком	107,85	2,103	2,112	12,877	180
	Итого:	336,212	7,569	11,897	42,701	361
Завтрак второй						
	Сок фруктовый 100 г	46	0,5	0,1	10,1	100
	Итого:	46	0,5	0,1	10,1	100
Обед						
	Рассольник со сметаной 180гр	64,167	1,224	2,024	9,413	180
	Бефстроганов из отворной говядины в молочно сметаном соусе 60г	96,254	8,841	8,313	3,127	60
	Каша гречневая рассыпчатая	133,128	3,672	3,628	22,598	120
	Компот из сухофруктов и шиповника 150 гр.	60,117	0,303	0	14,514	150
	Хлеб ржаной 25 гр	45,25	1,65	0,3	10,45	25
	Хлеб пшеничный 20 гр	46,2	1,52	0,18	10,02	20
	Итого:	445,116	17,21	14,445	70,122	555
Полдник						
	Макаронные изделия отварные с сыром 130 гр	205,867	4,66	4,055	21,752	130
	Чай с сахаром.	28,425	0	0	6,811	150
	Печенье 30 гр	137,4	3,12	1,56	23,04	30
	Итого:	371,692	7,78	5,615	51,603	310
	Всего:	1 198,02	33,059	32,057	174,526	1 326,00





Меню-раскладка



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ – детский сад № 501

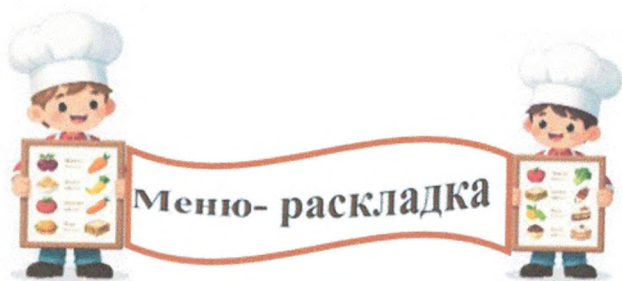
С.П. Гвоздецкой

Приказ от «19» 09.2025 № 83-04 2025 г.

День № 7 дети от 1 года до 3 лет, с пребыванием в детском саду 10.5 часов

Энергетическая ценность, ккал	Блюдо	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г	
Завтрак						
	Каша ячневая молочная со сливочным маслом 150 гр.	136,02276	0,00350	0,00511	0,01682	0,15
	Масло сливочное 8 гр.	59,84000	0,00004	0,00660	0,00006	0,008
	Батон 20 гр	47,00000	0,00154	0,00060	0,01066	0,02
	Чай с молоком 150 гр	50,62552	0,00099	0,00106	0,00842	0,18
	Итого:	293,48828	0,00607	0,01337	0,03595	0,388
Завтрак второй						
	Фрукты 100г	40,00000	0,00085	0,00018	0,00937	0,1
	Итого:	40,00000	0,00085	0,00018	0,00937	0,1
Обед						
	Помидор порционный	8,14517	0,00039	0,00007	0,00177	0,03
	Суп-лапша на курином бульоне 150	66,71897	0,00132	0,00230	0,00913	0,15
	Бигус с мясом кури 180 гр.	339,60517	0,02053	0,02176	0,00851	0,18
	Компот из сухофруктов.150 гр	57,85207	0,00037	0,00002	0,01327	0,15
	Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
	Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
	Итого:	572,82138	0,02610	0,02469	0,05523	0,56
Полдник						
	Биойогурт 120 г	113,00000	0,00300	0,00300	0,01900	120
	Запеканка из творога 100 гр	279,10345	0,01328	0,01628	0,01267	100
	Хлеб пшеничный 15 гр.	34,65000	0,00114	0,00014	0,00752	15
	Итого:	426,75345	0,01742	0,01942	0,03918	235
	Всего:	1334,90459	50,44034	57,65345	139,74310	1,283





УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ – детский сад № 501

С.П. Гвоздецкой

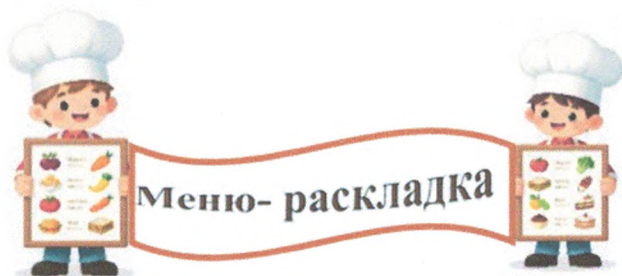
Приказ от « 04 » 09. 2025 № 83-01 2025 г.



День № 8 дети от 1 года до 3 лет, с пребыванием в детском саду 10.5 часов

Энергетическая ценность, ккал	Блюдо	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г	
Завтрак						
	Каша пшеничная молочная с маслом 150 гр.	138,37	4,26286	4,70381	17,38429	150
	Батон 25 грамм	58,75	1,92524	0,75	13,32524	25
	Сыр 6 гр	19,44381	1,43524	1,47952	0	6
	Какао с молоком 180 гр	145,3952	2,82667	2,68952	17,97048	180
	Итого:	361,9591	10,45001	9,62285	48,68001	361
Завтрак второй						
	Сок фруктовый 100 г	46	0,5	0,1	10,1	100
	Итого:	46	0,5	0,1	10,1	100
Обед						
	Огурец свежий порционный 30 гр	4,28667	0,24476	0,03048	1,16286	30
	Свекольник со сметаной 150гр	80,07238	1,31476	3,42952	10,52905	150
	Печень в молочном соусе 80 гр.	131,1	11,23667	6,33381	4,2719	80
	Картофельное пюре 130г	134,8686	2,64381	4,03762	19,75905	130
	Компот из сухофруктов.	57,86619	0,36667	0,02	13,26619	150
	Хлеб ржаной 25 гр	45,25	1,65	0,3	10,45	25
	Хлеб пшеничный 20 гр	46,2	1,52	0,18	10,02	20
	Итого:	499,6438	18,97667	14,33143	69,45905	585
Полдник						
	Омлет натуральный 140 гр.	188,801	7,94286	10,13476	2,52952	140
	Чай с лимоном 150	46,8	0,03381	0,00333	11,07667	150
	Хлеб пшеничный 20 гр	46,2	1,52	0,18	10,02	20
	Итого:	237,93	10,725	11,401	19,016	310
	Всего:	280,801	9,49667	10,31809	23,62619	13156



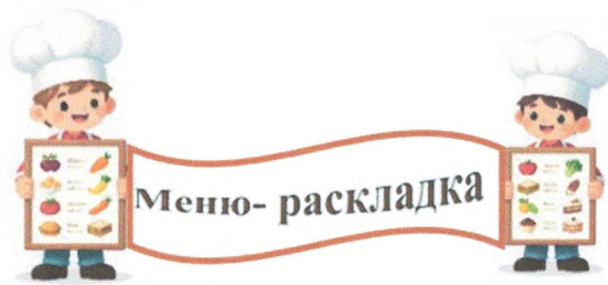


УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МАДОУ – детский сад № 501
 С.П. Гвоздецкой
 Приказ от «09» 2025 № 88-25 2025 г.

День № 9 дети от 1 года до 3 лет, с пребыванием в детском саду 10.5 часов

Энергетическая ценность, ккал	Блюдо	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г	
Завтрак						
	Суп молочный с лапшой 150 гр.	79,98	2,4664	2,866	9,3928	150
	Батон 20 гр	47	1,54	0,6	10,66	20
	Сыр 6 гр	19,4304	1,4352	1,4792	0	6
	Кофейный напиток с молоком 180 г	107,926	2,1024	2,112	12,8764	180
	Итого:	254,3364	7,544	7,0572	32,9292	356
Завтрак второй						
	Фрукты 100г	45	0,376	0,352	10,738	100
	Итого:	45	0,376	0,352	10,738	100
Обед						
	Помидор порционный 30 гр	8,145	0,3893	0,07069	1,77	30
	Уха рыбацкая 0,150	90,3956	5,9764	2,9812	8,3176	150
	Гуляш из мяса кури 70 г .	98,176	14,3316	2,7964	2,0072	70
	Рис припущенный с овощами 120 г.	131,2536	2,8424	3,0896	22,4384	120
	Компот из кураги	62,75	0,44	0	15,3872	180
	Хлеб ржаной 25 гр	45,25	1,65	0,3	10,45	25
	Хлеб пшеничный 20 гр	46,2	1,52	0,18	10,02	20
	Итого:	482,1672	27,15	9,418	70,3904	565
Полдник						
	Каша вязкая кукурузная молочная с маслом	138,99	3,5976	3,9056	20,0364	150
	Чай с сахаром.	28,5008	0	0	6,8112	180
	пряник 25 гр	87,5	1,2	0,7	19,4252	25
	Хлеб пшеничный 20 гр	46,2	1,52	0,18	10,02	20
	Итого:	301,1908	6,3176	4,7856	56,2928	365
	Всего:	1 082,69	41,3876	21,6128	170,3504	1 386,00





УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МАДОУ – детский сад № 501
 С.П. Гвоздецкой
 Приказ от «09» 08.2025 № 83-2/2025 г.

День № 10 дети от 1 года до 3 лет, с пребыванием в детском саду 10.5 часов

Энергетическая ценность, ккал	Блюдо	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г	
Завтрак						
	Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом	175,4436	4,855	7,67793	20,11741	150
	Батон 25 грамм	65,63793	2,15069	0,83793	14,88724	25
	Какао с молоком	111,6931	3,11431	3,1531	15,82724	180
	Итого:	352,7747	10,12	11,66896	50,83189	425
Завтрак второй						
	Сок фруктовый 100 г	52,34483	0,56034	0,11207	11,31897	100
	Итого:	52,34483	0,56034	0,11207	11,31897	100
Обед						
	Салат из морковью с растительным маслом 50 гр.	55,61483	0,585	3,37172	6,68	50
	Щи из свежей капусты со сметаной 200гр	65,80966	1,52983	2,96034	7,5819	200
	Биточки (котлеты) из мяса говядины с рисом паровые 80 гр.	192,6257	11,70259	12,07586	4,04862	80
	Масло сливочное бгр	44,88	0,03	4,95	0,04793	6
	Картофель отварной 150 г	144,8959	2,83414	2,70586	24,72845	150
	Компот из сухофруктов.	75,84552	0,48879	0,02638	17,08241	180
	Хлеб ржаной 30 гр.	67,09483	2,41241	0,43862	15,27862	30
	Хлеб пшеничный 20 гр	54,16552	1,75586	0,20793	11,57483	20
	Итого:	700,9319	21,33862	26,73671	87,02276	376
Полдник						
	Запеканка из творога 140 гр	328,1957	14,10621	17,33293	14,84983	140
	Сгущенное молоко 20 гр	66,5931	1,4719	1,73776	11,44845	20
	Чай с сахаром.	38,55345	0	0	9,08172	180
	Хлеб пшеничный 20 гр	46,99655	1,52	0,18	10,02	20
	Итого:	480,3388	17,09811	19,25069	45,4	320
	Всего:	1 584,39	49,11707	57,76843	194,5736	1 641,00



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 652185396560566351996131268363309912619724340180

Владелец Гвоздецкая Светлана Петровна

Действителен с 25.11.2025 по 25.11.2026